

Tett på

RØA IDRETTLAG
RØA VEL
RØA OG SØRKEDALEN MENIGHETER

NR 3 - 2020



Røa Vel jobber for et nytt Røa

Er det omtrent slik vi ønsker at Røa sentrum skal bli? Røa Vel har som mål at bydelen vår skal kunne by på gode møtesteder uten trafikk, god framkommelighet for alle, og være et trivelig sted å bo. Er du opptatt av hvordan Røa sentrum bør utvikles? Vær glad vi har et oppegående Røa Vel som aldri sover i timen. Vellet følger opp og påvirker planene til utbyggere og politikere.

Side 16



Unger som trives i idrettslaget på Røa

Side 8-11



”Side om side” er en populær tv-serie der rollefigurene gir oss både artig og ubehagelig gjenkjennelse i våre liv. Røa - og spesielt Fådveien - er et av de stedene serien spilles inn. I dette bladet får du vite litt mer om livet i Fådveien, og om hvordan det er å leve i rollen som Lisbeth - for Pernille Sørensen. Psykologen Linn Myrtveit Stensrud vet å fortelle oss om hvordan det er å leve det virkelige livet - side om side.

Sidene 4, 6 og 12



Tett på

Nr 3-2020

Utgis av menighetsrådene. Deles ut til alle husstander på Røa og i Sørkedalen. Opplag: 5500

Adresse:

Tett på/Røa kirke
Nordengvn 9, 0755 Oslo

Redaktør:

Magnhild Landrø
magnhild.landro@online.no
482 68 365

Redaksjonelle medarbeidere:

Ragnhild Hypher
Roald-Einar Ottersen
Magnhild Landrø
Torill Vestly
Johanne Koren
Tor Tveter (korrektur)

Distribusjon:

Sjåførene Kjell Roar Kjær og Einar Ersdal, pluss ca 30 frivillige Røa-ombærere. I Sørkedalen er det skolekorpset som sørger for at bladet havner i postkassene.

Tett på er definert som et uadresert informasjonsblad, og kan iht § 17 i Lov om markedsføring distribueres i alle postkasser. (Ikke reklame)

Annonser:

Kontakt: Eva Ekrheim
91 53 06 24 - eva@ekrheim.no
Annonsefrist neste nummer: 9. sept

Neste nummer (nr 4)

kommer i postkassene i oktober

Layout:

Magnhild Landrø Media

Trykk:

X-Idé as

Frivillig abonnement:

Bankgiro 3000 18 09527
(Merk "Tett på")

Menigheten på internett:

kirken.no/roa
kirken.no/sorkedalen
Følg kirken din på facebook:
facebook.com/roakirke
facebook.com/sorkedalenkirke

Kontakt kirken/stab: Se side 23

Flere som bidrar

Du sitter nå med et nytt blad i hendene og lurer sannsynligvis på hva slags blad dette er. Det vil jo først og fremst vise seg gjennom det du leser i bladet. Det er viktigst. Men her er noen av tankene bak.

Vår del av byen er et godt sted å bo og leve. En viktig grunn til det, er at mange frivillige tar ansvar. Det skjer i idrettslag, vel-foreninger, blant ulike kulturaktører, menigheter og mange andre sammenhenger. Hver sammenheng driver med sitt eget, men et godt bomiljø er viktig for alle. Gode bånd og fellesskap i et lokalmiljø, gjør det lettere å drive og utvikle ulike former for frivillig arbeid. På sett og vis høster alle frukter av andres arbeid, selv om virksomhetene har vidt forskjellige karakter og formål.

På denne bakgrunn har Røa Vel, idrettslaget på Røa (Røa IL), og Røa og Sørkedalen menigheter gått sammen om et felles blad som kan styrke og bedre kommunikasjonen med alle som bor her. Utgangspunktet er Kirkebladet som menighetene har delt ut til alle som bor her; Men dette er noe nytt. Menighetene vil ha sin del, på samme måte som vellet og idrettslaget har sine deler av bladet. Og så vil det alltid være en god del fellesstoff knyttet til personer som bor i nabolaget, lokale begivenheter, og generelt stoff som gjør at bånd bindes og

Ingen giro følger med bladet lenger

Tusen takk til dere som i årevis har fylt ut giroblanketten som av og til kommer med bladet. Disse pengene - sammen med støtten fra våre annonsører - har gjort det mulig å produsere bladet - år etter år. Nå har vi valgt å slutte å vedlegge en giro til dette bruk, i og med at mange nå betaler sine regninger i nettbanken. Og vi sparer papir. Fra nå av har du to måter å støtte bladet på: Du kan betale inn et selvvalgt beløp til kontonummer 3000 18 09527, f.eks en gang i året. Merk "Tett på". Du kan ellers betale et beløp til VIPPS: 614457; merk "Tett på".

Røa og Sørkedalen menigheter

Felles stab/kontor:

Tlf 23629430. Fax 23629431. post.roa.oslo@kirken.no
Nordengvn 9, 0755 Oslo
Mandag-torsdag kl 10-14. Fredag kl 10-12.

Felles sentralbord for alle kirkene i Oslo: 23 62 90 00

Spørsmål om dåp eller bryllup?
Ring 23 62 90 09 (8-15.30)

www.kirken.no/sorkedalen
www.kirken.no/roa

leder

styrkes mellom alle som bor her. Bladets mål er at engasjement for lokalmiljøet; og nabolaget kan bli styrket.

Selvsagt vil det bli mange meldinger og mye informasjon i bladet, i det hele bekreftelser på det gode som skjer. Men vi har som ambisjon å kunne være en kritisk røst, når det er på sin plass. Bladet har selvsagt ikke funnet sin endelige form i første nummer. Vi må nok forsøke oss litt fram. Menighetene er vant til å ha et blad helt for seg selv, nå må alle tilpasse seg den større sammenhengen. Men vi tror at dette kan skape et spennende blad. Et blad der alle kan finne noe av interesse, om enn andre deler er totalt utenfor.

Vi har kalt bladet "Tett på", ikke som uttrykk for ambisjoner om dyp sjelegranskning, men å kunne være nær til de livene vi lever her, og det som skjer nær oss. Skal bladet fungere som vi ønsker, trenger vi tilbakemeldinger. Skriv og snakk med de som står som ansvarlige i de ulike sammenhengene. Vi er spente og gleder oss til fortsettelsen.



Roald-Einar Ottersen
sokneprest



25

Ett år ble til 25 for Rita og Jan Erik

Av Magnhild Landrø

På den gamle husmannsplassen Finnerud bor Rita Finnerud Larsen, sammen med mannen Jan Erik Larsen, og barna Henrik og Jørgen. Sammen driver de Finnerud sportsstue, som er et serveringssted eid av Oslo kommune. I desember 1994 bestemte de seg for å flytte fra Oslos sentrumskjerner inn til Finnerud.

- Din bestemor Paula var jo også driver på Finnerud. Følte du deg forplikta til å føre en slags slekts-tradisjon videre?

- Det var min bestemor som drev Finnerud før meg. Hun sto meg veldig nær, og min interesse for baking, høsting av bær og sopp, og ikke minst gleden med marka, fikk jeg via henne på Finnerud. Da bestemor gikk bort, bestemte Jan Erik og jeg oss for å prøve et år. Men dette året ble 25 år! Bestemor har vært med meg hele tiden.

Ritas oldeforeldre ble i 1893 forpaktere på Finnerud. Olaus er vokst opp på Svartor, et par kilometer nordøst for Finnerud, og kona Oline er vokst opp på en husmannsplass ved Øvresetertjern, nær Tryvann. Oldebarnet Rita forteller at Olaus var for øvrig den aller første som ble døpt i Sørkedalen kirke 25. juni 1865.



- Hva er det som gjør at dere stadig trives som drivere på Finnerud, her i en ensom utkant av Sørkedalen?

- Det å drive en stue i marka er en livsstil. Man må finne sin måte. Men for meg, eller oss, har det vært å føre historien på Finnerud videre. Også er det jo at vi begge er glade i marka; leve med årstidene på godt og vondt.

- Blir høsten og vinteren på Finnerud like åpent og velkomment for folk flest?

- Etter koronaen har vi begynt med fre-dagsåpent i tillegg til lørdag og søndag. Det er nå flere som har oppdaget hvor fin marka er. Og jeg må bare si tusen takk til alle som har vært innom disse 25 årene - både mine faste gjengangere og nye marka travere!

Mye å lese

Hvordan blir Røa sentrum?

Røa Vel er kanskje den lokale instansen som best bidrar til at Røa fortsatt skal være et godt sted å bo. Akkurat nå er vellet opptatt av at utbyggingen på Røa skal ha en slags felles intensjon og funksjon.
side 16-17

Bredde og topp i Røa IL

Idrettslaget på Røa har lagt forholdene godt til rette for at ernerne kan få hjelp til å havne på ulike landslag. Men først og fremst er Røa IL et lag for absolutt alle!
side 8-11

Side om side på Røa

Ja, faktisk blir tv-serien "Side om side" spilt inn på Røa. Men hva tenker naboene i Fådveien om at de faktisk bor midt i et innspillingsområde?
side 6

Pernille Sørensen

Denne Side om side-skuespilleren har relativt kort vei - fra Sørkedalen - når hun skal på jobb som Lisbeth i humorserien som i sju år har fanget oss. Les vårt portrettintervju med Pernille Sørensen.
side 4



Krevende å være god nabo, kollega og ektefelle

Når psykolog Linn Myrtveit Stensrud sitter i sofaen og ser på "Side om side", merker hun at denne situasjons-komedien faktisk handler om det livet som vi alle kjenner oss igjen i. Linn sier at vi trolig kan lære ganske mye om oss selv - og andre - ved å se filmer, serier, og lese bøker.
side 12

Tett på deg skjer det noe!

På baksiden av dette bladet vil du alltid finne informasjon om ting du kan oppleve i ditt nærmiljø: Konserter, temakvelder, foredrag, sosiale sammenkomster, info-møter, etc. Dersom du er en arrangør som vil sette inn en annonse her, vil du få den til "halv pris".
side 24

Glad jeg ikke lever Lisbeths liv på ordentlig!

Pernille Sørensen hører hjemme i et rødt hus i Sørkedalen. Men egentlig er hun hele Norges "eiendom", iallfall for alle som digger humor, og som tenker at denne skuespilleren evner å holde motet og humøret oppe i oss alle. I dette intervjuet blir vi litt mer kjent med Pernille Sørensen, som i komiserien Side om side spiller rollen som Lisbeth i et annet rødt hus.

Av Magnhild Landrø
Foto: Mimsy Møller
Samfoto/NTBscanpix

- Hva er det med ditt skuespillertalent som gjør at NRK etterspør deg når de skal lage en forviklingskomedie som Side om side? Er talentet tillært, eller faller det deg helt naturlig?

- Hehe, vet du, det aner jeg ikke. Det kan Underholdningsavdelingen på NRK svare mye bedre på enn meg; Hvorfor de har valgt en standup-komiker som er skuespillermessig fullstendig uskolert, rent dramafaglig, har jeg også lurt på mange ganger, gitt! Kanskje det er det at jeg har et naturlig talent for å komme inn på kjøkkenet med handleposer, og å rake i hagen, som har gjort at jeg fikk jobben. Jeg vet ikke.

- Du spiller rollen som Lisbeth, gift med Frode, og mamma til to barn som om ikke lenge skal bli ansvarlige voksne. Hva er det som gjør at du ser ut til å stortrives i denne Lisbeth-rollen?

- Fordi jeg er ungdomsmamma selv, så slipper jeg å gjøre veldig mye research for å vite hvordan jeg burde reagere på ting, da. Det faller seg relativt naturlig når samme hverdag ligger rett foran nesa på meg hver dag hjemme. Heldigvis har vi litt færre forviklinger i heimen hos meg enn hos familien Berg Pedersen. Jeg tror at jeg hadde blitt gal, eller flyttet, hvis jeg hadde Lisbeth sitt liv på ordentlig.

- Hvordan er Lisbeth godt likt som nabo side om side? Og/eller: Hvem er det hun «går» dårlig sammen med? Og hvordan vil psykologen Pernille forklare dette?

- Lisbeth er jo ikke den aller særeste naboen i gata, så hun er nok egentlig venner med alle der, tenker jeg. Eller hun er kanskje ikke venn med Gullestad. Men Gullestad er venn med henne i hvert fall. Så han har nok på følelsen at de er veldig close.

Lisbeth og svigermor Britt (Arnhild Litleré) har en passe overflatisk prat på parkbenken. Foto: NRK

- Lisbeth er milelangt fra Ibsens Nora. Hva er egentlig Pernille Sørensens prioriterte sjanger som skuespiller? Var det tilfeldig at du lett havnet på komiker-scenen?

- Jeg har egentlig ingen sånn klar favoritt-sjanger, må jeg si. Jeg tror jeg liker best nettopp det at jobben min er så variert. Jeg har vært heldig å få lov til å spille mye forskjellig opp igjennom årene, så det å kunne veksle mellom seriøst skuespill, humorskuespill, live scene-humor eller tv-satire i panel-fasong; eller bare skrive tekster for andre fra sofaen hjemme, er kanskje nettopp det jeg syns er morsomst. Og at jeg havnet på humor-scenen var faktisk nokså tilfeldig. Jeg var en del av studentteateret på Samfundet i Trondheim da jeg studerte, og der var det tilfeldigvis noen jeg kjente som starta med standup, og så ble jeg bare med på å prøve meg en kveld sammen med dem, og så ble jeg bitt av tulle-basillen. Så det var ingenting jeg aktivt søkte opp, eller hadde en plan om å drive med på noe som helst slags vis. Jeg skulle jo bli seriøs samfunnsforsker, jeg egentlig. Og så endte jeg milevis unna med å jobbe på fjase-kontor i stedet.

- Trives du best i roller der du lett kan kjenne igjen deg selv?

- Nå har jeg jo ikke spilt SÅ mange karakterer på film og tv ennå. Foreløpig på merittlisten har jeg vel bare vært mor til Lillebror i Knertenfilmene, og mor til Sander i Side om side. Så å spille mor



føler jeg at jeg har fått trening i. Å spille actionhelt, eller psykiatrisk pasient en gang, hadde sikkert også vært gøy å prøve, men det er åpenbart ingen castingbyråer som har tenkt på meg i den sammenhengen ennå, forståelig nok. Jeg er jo ikke HELT sånn karate-kid/wrestling type dame heller.

- Du bor side om side med ulike typer naboer også i det virkelige livet – i Zinoberveien; Opplever du at dine virkelige naboer har problemer med å se på deg som den du er? Eller er du en Lisbeth, eller bare en god tv-komiker for dem?

- Hehe, nei. Overhodet ikke.

- Din ektefelle, Dagfinn Lyngbø, er også et scene-menneske. Hvor misunnelig er han for at han ikke får være med i Side om side?

- Veldig lite misunnelig. Men han har faktisk vært statist en gang i en episode. Han og Live, konen til Tore, spilte et ektepar som var på visning i nabolaget, som par. De går forbi i bildet i ett sekund, og så diskuterer Frode og Lisbeth når de har gått forbi om de virket som et hyggelig par eller ikke. Så et bittelite innslag av internhumor har han vært med på der. Ellers trives han veldig godt med den jobben han har.



Pernille personlig

- Ditt yndlingsprogram på tv?
- Har lenge hatt sånne husbygge-programmer øverst på lista. Mitt bittelille hjem, Architectural disasters, Extreme Makeover. Jeg sluker alt.

- Du bor like ved Wyllerløypa. Er du en racer i bakken om vinteren?
- Vi står i hvert fall på ski der flere ganger i uken, men om jeg er en racer, vet jeg ikke. Det er nok flere som hopper høyere enn meg på bigjumbene, ja.

- Som type: Er du passe lat? Oppfarende og sint? Allergisk mot vaskefiller?
- Jeg er passe lat, ikke oppfarende og sint, heller ikke allergisk mot vaskefiller.

- Når du skal transporteres: Vil du helst bli sett kjørende i en el-bil?
- Det er ikke så viktig hva jeg blir sett i, men jeg har el-bil selv, så jeg vil jo helst bli sett kjørende i min egen bil, da. Ville vært rart om jeg ble sett oftest i naboens.

- Om Side om side-livet i Sørkedalen ble for heftig, hvor ville du evakuere?
- Det kommer aldri til å bli for heftig i rolige Sørkedalen. Så jeg bare blir her, jeg.

- Vi ser deg også i "Nytt på nytt", der du er en slags journalistisk allviter som helst skal ha skjont hva man skal være medie-opptatt av. Leser du masse aviser og sitter spikra ved nyhetsskjermen hele uka, for å være oppdatert nok til å konkurrere/underholde oss i slutten av uka?

- Ja, det gjør jeg. Det er rett og slett hoveddelen av jobben. Lese masse aviser og ser masse nyheter hver dag, hele uken. Så svaret er ja. Ser, leser og hører på nyheter ofte og hele tiden. Men det er jo gøy også da, så for meg personlig er det bare en bonus ved jobben. Jeg liker jo å lese aviser i helgene også, selv om jeg har fri. Så jeg føler at nyheter bare er en blanding av jobb og hobby.

- Like før påske skulle det spilles inn flere episoder av Side om side, men så kom denne koronaen. Som frilans-skuespiller er det vel ikke bare lett å skulle overleve når planlagte jobber faller bort, og regninger fortsatt skal betales. Hvordan har du taklet avlysninger, hjemmeskole og 1-metere i alle retninger? Har disse ukene gitt deg muligheter til å bli bedre kjent med deg sjøl?

- Det er klart at jobbhverdagen blir snudd på hodet når forestillinger blir avlyst, innspillinger blir skjøvet på, og firma-jobbmarkedet ligger i dvale. Men vi får satse på at høsten gir muligheter for sakte reåpning, og at denne vaksinen kommer fort, så vi kan få lov til å gå tilbake på jobb som vanlig etterhvert.

Jeg var jo selv midt i en turné med showet «Kultur» da alt stengte ned, så de resterende showene er skjøvet til august og september med korona-avstand i publikum. Selv om det blir annerledes, blir det uansett gøy å komme i gang igjen med noe som minner om en vanlig dag på jobb, i hvert fall. Og i Nytt på nytt-studioet kan vi ha 1 i stedet for 2 meter i mellom oss til høsten, så det blir også fint. Ellers var hjemmeskolen for oss, som for alle andre, tenker jeg; hyggelig og rolig, men også litt stress - og uvant, og alt det som den fullstendige lockdownperioden brakte med seg. Heldigvis er vi litt forbi det nå da, takket være at alle har vært så flinke til å følge smittevernsreglene. Så det håper jeg at alle fortsetter med, så vi kan fortsette å få lov til å gå på jobb til høsten!

- I det hele tatt: Gi oss en kort beskrivelse av hvem Pernille Sørensen er! Bruk alle de passende adjektiver og situasjonsbeskrivelser du måtte trenge, for at vi skal kunne forstå hvem «den normale» Pernille er – hun som ikke spiller noen roller, og som ikke alltid er bare morsom!

- Dette er jo også noe du sikkert hadde fått et bedre svar på om du hadde spurt noen andre enn meg selv. «Beskriv deg selv med få ord» er jo det vanskeligste som finnes. Jeg aner ikke, jeg er ganske så vanlig, glad i både hverdager og festdager, glad i å skravle, liker å få besøk og å dra på besøk, er glad i mannen min og barna mine og å henge med dem, trives

med å ha fylt 40 og å være en voksen dame, og ja. Syns livet har fart nokså pent med meg foreløpig i hvert fall, og er veldig takknemlig for det.

- Tilbake til Side om side: Hvorfor tror du at en slik serie kan bli så populær at den stadig sendes i reprise – og vi ser den igjen og igjen?

- Nei, det kan du si. Den treffer jo veldig godt i familiesegmentet, og det er veldig hyggelig. Tekstforfatterne har jo gjort en kjempejobb oppigjennom med å komme på nye og morsomme konflikter og karakterer som folk åpenbart kjenner seg igjen i, så det kan jo være derfor? Der har sikkert forsknings-avdelingen i NRK hundre svar som vi ikke vet om, på hva som er grunnen til at folk ser ting om igjen på nett. Moro er det uansett at folk henger med, sesong etter sesong.

- På teaterskolen; var det noen fag du slett ikke besto med strålende glans der? Eller lykkes du i alt du gjør – hele tiden?

- Jeg har aldri gått på teaterskolen. Bare spilt tullerevy på Samfundet, og skoleteater på videregående, men aldri tatt noen form for teaterfag. Bare tørre statsvitenskapelige fag på meg, gitt. Og jeg besto alle eksamener. Ikke det at jeg har fått bruk for den cand.mag-graden enda, men det kan jo være at jeg får bruk for det en gang i fremtiden, da.

Grini hjemmebakeri

Hjemmelagde kransekaker, kransekakestenger og saftige mandelroser

Gårdsutvalg på Grini Gård, Griniveien 159, 1359 Eiksmarka

Man-fre: 9-16 (onsdager: 9-18)
WWW.GRINIHJEMMEBAKERI.NO



RØA GULLSMED FORRETNING

Lise og Kjell Fornebo

Vækerøvn 193 a
0751 Oslo
Tlf 22505651

mail@roa-gullsmid.no
www.roa-gullsmid.no



Røa Glass og Ramme AS

Man-onsd: 8-16 Sørkedalsveien 230
Tors: 8-18 0754 Oslo
Fre: 8-16 22 52 05 10
Lør: 10-14 post@roa-glass.no



VÆKERØVEIEN 167 A

TLF: 48 10 71 79

Mandag - lørdag: 08:00 - 23:00
Søndag: 09.00 - 22:00



DAGLIGVARER EN GROS

www.ekrheim.no

Virkelig- heten i Fådveien



Da NRK for noen år siden kjøpte et hus (t.v.) i Fådveien, og begynte på innspillingen av tv-serien Side om side, ble det litt hurlumhei for Røa-beboerne i denne veien. Vi har banket på hos familien i det røde nabohuset, som fikk oppleve perioder med action-dager når tv-kameraene sto på i gata.

Ikke alle i nabolaget syns det er like artig at atkomsten i Fådveien og Melumveien preges av kameraer og restriksjoner mens innspillingen pågår. Men i det røde huset - der åpenbart Lisbeth og Frode bor - tenker de at det er moro å "låne bort" huset sitt i perioder på våren/sommeren.

- Vi syns bare det er spennende å være med på dette, forteller Bodil Ekerhovd Damsgaard i Fådveien 13. Her holder hun hus sammen med mann og barn i hovedetasjen; foreldrene i etasjen over, og en leietaker i underetasjen.

I denne delen av Røa har NRK de sju siste årene spilt inn stadig nye episoder av Side om side. Og det gikk slik til at Lisbeth og Frode ser ut til å bo i det røde huset til Bodil.

- Men det er jo bare huset utvendig de bruker, og hagen, forklarer Bodil. - Når Lisbeth (Pernille Sørensen) ser ut til å gå opp trappa til huset vårt/sitt, og hun ankommer kjøkkenet, da er nok kjøkkenet et helt annet sted enn hos oss. Men er det noen i serien som skulle "bodd" i vårt hus, så må det være nettopp Lisbeth og Frode - for de har det nok like uryddig rundt seg som det vi har!

Mens filminga står på, har Bodil og familien fått beskjed om å holde seg unna vinduene. Side om side-serien viste seg å bli svært populær, så det spilles fortsatt inn nye episoder; bortsett fra at årets vår/sommer-innspilling gikk i korona-vasken.

- Noen av jentene våre har faktisk hatt noen statist-roller, og det er jo ekstra stas, sier Bodil. - Vi syns alle at dette er bare moro å være med på, og NRK gir oss en viss kompensasjon for ulempene vi har med at vi må styre tiden vår litt etter deres innspillingsklokke, når kamera går.



Ta kaffekoppen i Sørkedalen!

Av Magnhild Landro

Nå i august ble det liv igjen på den gule butikken i Sørkedalen, og Lilla Buda er en av dem som kan roses for det. Hun hadde jobbet på Sørkedalen Landhandel og Kafé i seks år, inntil de i januar dessverre måtte stenge.

- Men hva er det som gjør at du nå tør å satse igjen?

- Vi har tro på at de endringene vi har gjort i driften vil gi bedre kontroll på økonomien og skal bidra til å lykkes med et spennende konsept her i Sørkedalen. Det er også et poeng at vi nå har en større satsning på matservering, og at folket som kommer innom, vil tenke at dette er en fin møteplass på landet, midt i byen!

- Hva er ellers nytt når dere nå åpner?

- Kjøkkenet er blitt mye mer funksjonelt, så utvalget i kafé-menyen er større og mer interessant. Her kan folk komme og spise både lunsj, supper og kaffe/kaker. Og maten vil vi i stor grad lage lokalt på kjøkkenet, forklarer Lilla. - Kafeteriaen vil få et ganske stort areal, i tillegg til den store fine uteplassen vi har på sommeren, og nå utover høsten. Her er det muligheter for alle slags folk å treffes.

- Men det skal fortsatt også være en butikk der?

- Ja, men det er vel riktig å si at vi nå opererer mest med et basisutvalg av varer; pluss de berømte eggene fra bonden "vår" i Østfold! Vi er også glade for å kunne selge kortreist lokal mat, fra bygda - som f.eks honning. Og selvfølgelig leverer Markajentene gode produkter til våre kunder. Jeg tror at vårt nye konsept for Sørkedalen Landhandel og Kafé vil bli en hyggelig suksess, for både bygdas egne og for besøkende innover dalen her.

Fortell meg mer!

I disse koronatider har vår trosopplæringsleder, Espen Hjortland Valsø, mottatt 47 500 kroner fra Kirkerådet for å utvikle bibelrelaterte videoer for barn. Vi tok en prat med ham for å høre om dette spennende prosjektet.

Av Ragnhild Hypher

- Aller først, gratulerer! Hvordan fikk du ideen til dette prosjektet?

- I forbindelse med koronapandemien utlyste Kirkerådet midler, som skulle brukes til tiltak nå under perioden da de fleste kirkelig ansatte ble permittert. Prosjektet kalles «Fortell meg mer», og hensikten er å få førskolebarn interessert i bibelfortellinger. Det var min kone, Julie, og jeg som først tenkte på å søke midler fra dette prosjektet. Det begynte med at vi fant ut at bibliotekene laget fortellingsstunder for barn på facebook nå i koronatiden. Dette gjorde oss interesserte i å få til noe lignende med bibelfortellinger.

- Og så greide dere få til et opplegg som Kirkerådet var interessert i?

- Ja, vi jobbet mye med opplegget for søknaden. Vi har tatt utgangspunkt i fem fortellinger fra Bibelen: Skapelseshistorien, Daniel i Løvehulen, Jul, påske og Kristi Himmelfartsdag, og laget to utgaver av hver fortelling - en for barn fra 1-3 år, og en for barn fra 4-6 år.

- Har dere laget tablåer (skuespill), eller leser dere fra en barnebibel?

- Nei, det er fortelling - og de er spesiallaget. Tekstforfatter Julie Valsø har forfattet bibelfortellingene vi fremfører. Hun er utdannet manusforfatter, og går nå på barnebokforfatter-studiet ved NBI. Vinklingen på historiene er noen ganger litt original - som f.eks i forbindelse med julen; der er det med en katt - Bjelle - som forteller ut fra sitt ståsted - og i forbindelse med Kristi Himmelfartsdag er det en liten sky som kommenterer og forteller.

- Så spennende! Var det vanskelig å få midler?

- Vi var iallfall en av ti som fikk det! De likte vel konseptet vårt - videoene er korte - 2-3 minutter for de minste og 4-5 minutter for de største.

- Hvordan har dere i praksis gjennomført prosjektet?



- For gjennomføringen har jeg samarbeidet med ungdomsarbeiderne i menighet - Christine Andreassen og Kjell Tore Myre. Det er Christine og jeg som er fortellere; jeg for de minste, og hun for de større. Kjell Tore har stått for redigeringen.

- Så dere er alt ferdige?

- Ja. Vi jobbet med søknaden fra midten av april til midten av mai. Så tok det et par uker før vi fikk svar - så brukte vi en uke på å lese inn fortellingene, og deretter redigerte Kjell Tore. Fra starten av juli måned var videoene tilgjengelig på Kirkerådets nettsider "Ressursbanken.kirken.no"

- Så der kan vi bare klikke oss inn og se dem?

- Ja, eller bare høre. Vi har også lagt dem ut som lydfiler, dersom noen ønsker bare å lytte. Meningen er at barnehager skal kunne bruke dem som tilskudd i samlingsstunder - og da kan de enten se eller bare høre, ettersom hva som passer den enkelte best. Vi håper jo at vi har greid å gjøre historiene levende for dem vi forteller for. Hvis responsen blir god, kan det være vi prøver oss med flere fortellinger!

- Da er det bare å oppfordre alle som leser dette bladet til å klikke seg inn på "Ressursbanken.kirken.no" - kanskje vi kan få inspirasjon til formidling til egne barn og barnbarn.



Røa IL - en klubb for alle

Bli med du også!

I 2020 har Røa Allianseidrettslag (Røa IL) levert 120 år med idretts glede til barn, unge og voksne i Vestre Aker Bydel.

Idrettslaget er den største bedriften på Røa, og vi er stolte av at vi i alle disse årene har levert glede, mestring og raus-
het til tusenvis av mennesker.

Røa IL er ditt idrettslag. Vi skaper sam-
hold, fantastiske opplevelser, gode hold-
ninger og bedre helse for små og store.
Med våre sju idretter finner du noe som
passer for deg - uansett alder.

For de minste mellom 3 og 7 år byr vi
på **barnegym (3-5 år) og allidrett**. På
allidretten blir barna kjent med mange
forskjellige idretter gjennom hele skole-
året. En flott mulighet for å bli kjent med
nye venner og stifte varige vennskap.

Bandy er en populær idrett, og Røa IL
har Europas største utendørs kunstisbane,
Røa Kunstisbane Voksen, som også er
til disposisjon og glede for barnehager,
skoler og familiene i nærområdet.
Bandygruppa vår gjør det bra, og vi har
flere landslagsspillere som hevder seg
godt. Sportslig leder for bandygruppa
i Røa IL, Patrik Heed, er også Norges
herrelandslagstrener i bandy.

Fotballjenter og -gutter koser seg gjen-
nom hele året på banene våre. Hoved-
anlegget er på Røa Idrettsplass i Kristian
Auberts vei 20. Røa IL har faktisk flere
jenter enn gutter som ungdomsfotball-
spillere. Det er spennende, og vi tar med
glede imot flere ivrige spillere. Visste du



at Røa IL har Norges eneste fotballag for
cerebral parese-spillere? Og at vi har hatt
et fotballag for spillere med downs syn-
drom, i mer enn 20 år? Vi er også stolte
over toppserielaget vårt, Røa Dynamite
Girls.

Langrenn er i stadig vekst og utvikling.
Med ca 700 langrennsløpere, og en flott

arena (**Røa Snøpark Voksen**) under
kontinuerlig utvikling på Voksenjordet,
kan vi ønske velkommen til kortreist ski-
leik, langrennscross og vanlig langrenn
for befolkningen, skoler og barnehager.
Snøproduksjonsanlegget sikrer gode
snøforhold fra tidlig til sent på sesongen.
Røa IL har også noen gode voksne skilø-
pere, slik som Martin Johnsrud Sundby,
Karstein Johaug, Andrew Musgrave,
James Clugnet, Lovise Heimdal og Erik
Lippestad Thorstensen. Velkommen til
skimoro i langrenns-gruppa vår.

Sykkel-gruppa er todelt: én gruppe for
barn- og unge, og én for voksne. Her
braker vi nærområdet vårt, og barna
braker gjerne marka til terrengsykling,
mens de voksne sykler mest på landevei.
Gjennom vinteren trener våre sykklister
alternativt - gjerne langrenn, bandy eller
fotball. Særlig de yngre jentene gjør det
bra, med seire flere år på rad i både NM
og Birkebeinerrittet, samt deltakelse i
EM.

Triatlon i Røa IL er først og fremst et
lavterskeltilbud for barn fra 6 til 19 år,
men vi har også flere voksne som liker
allsidigheten med svømming, løping og
sykling. Når du trener triatlon i Røa IL



får du dyktige trenere og god veiledning av
erfarne voksne, men du trenger ikke være
spesielt tøff. Dette er en sport for alle!

Trim har vi for de voksne, og dette
kompletterer tilbudet vårt. Gruppen
trener i vår egen gymsal og styrkerom
ved klubbhuset i Kristian Auberts vei.
Trimgruppen vår er et sosialt møtepunkt
for voksne som ønsker å trene sammen
og i et annet miljø enn man finner på
treningssentrene.

Røa IL inviterer alle i bydelen til å bli
bedre kjent med oss, og ønsker alle barn,
ungdommer og voksne velkommen til
Røa IL - en klubb å være stolt av. En
klubb for alle.

**Nå som høsten er her, vil vi spesielt in-
vitere de minste barna til barnegym og
allidrett. Dette er et fantastisk opplegg
som vi har lang tradisjon for.**

Snart er det også sesongstart for både
langrenn og bandy, mens fotball og trim
ruller og går fortløpende.

Triatlon og sykkelsesongen er litt på hell,
men blir du med nå, så kan du få en fin
innkjøring til neste sesong.



Les nettsidene våre (roail.no) og ta kon-
takt med oss på telefon 22503155 eller
e-post; post@roail.no - eller enda bedre;
Stikk innom klubbhuset vårt i Kristian
Auberts vei 20 for en hyggelig prat hvor
du får mer informasjon om tilbudene
våre. Vi er sikker på at du kommer til å
trives og få mange gode opplevelser!



**Idrettsglede i korona-tider:
Sommerskiskole og fotballskole i uke 26 og uke 33**

Topp stemning og gode opplevelser for barna



Barna på sommerskiskolen til Røa IL sprudlet og storkoste seg med alle de forskjellige aktivitetene gjennom uken. Da isbilen overraskende dukket opp på avslutningen, sto stemningen også i taket.

Røa IL er ikke bare for medlemmene. Vi har en rekke aktiviteter der alle barn kan delta. Blant disse er både Røa ILs sommerskiskole og Røa ILs Tine Fotballskole.

Vanligvis har Røa IL kun sommerskiskole i uke 33, men i år gjennomførte vi for første gang også sommerskiskole i uke 26. Dette gir foreldrene mulighet til å være på jobb samtidig som barna koser seg i trygge omgivelser.

Med rekordstor deltakelse fikk alle barna oppleve en full multisportsuke med klatring, kanopadling, sykling, rulle ski, terrengløp, roing, bading og mye annet. Først og fremst er dette en fin anledning for å stifte nye bekjenskaper, treffe gamle og nye venner, og ha det morsomt - selv om idrett er rammen for alt dette. I det fine været brukte vi også snøkanoner til å kjøle ned barna - som selvfølgelig var kjempepopulært og ga høye gledes-hyl.

Røa IL blir for mange barnefamilier et knutepunkt og en treffplass - også for foreldrene. Som frivillig i Røa IL blir du med i en gjeng på over 350 flotte, ressurssterke voksne, og du får et fint nettverk både privat og i forbindelse med jobb.

Tine Fotballskole - og nytt av året: knøttefotball

Hvert år har Røa IL også Tine Fotballskole i uke 26 og uke 33. Dette har alltid vært svært populært og idrettslaget legger ned betydelige ressurser i denne. Tine Fotballskole i Røa IL har blitt kåret til fylkets beste, og den er også åpen for andre enn de som er medlemmer i idrettslaget.

Flere hundre barn deltar, og både i 2019 og 2020 har vi også arrangert en egen Tine Fotballskole for barn med cerebral parese - fordi Røa IL har landets eneste cerebral parese-fotballag.

I år har korona vært med å sette rammene for denne type arrangement - blant annet med begrensninger i antall deltagere.

Har du lyst til å spille fotball i Røa IL - enten du er gutt eller jente - er du alltid velkommen hos oss. Røa IL har fokus på at alle skal få trene i forhold til egne ambisjoner og behov, og vi setter pris på, og tilrettelegger for, alle som ønsker å drive med flere idretter parallelt.

Fra høsten 2020 ønsker vi også å tilby fotball for de aller minste - de som er aktuelle for barnegym mellom 3 og 5 år, gjennom "knøttefotball". Med glede, mestring og raushet som verdier er Røa IL en klubb for alle.



Voksenjordet - en flott arena som Røa IL gjerne er med på å utvikle videre



Gjennom flere år har Røa IL utviklet Voksenjordet som idrettsarena. Plasseringen er ideell for beboerne på Røa, skolene og barnehagene.

På vinterstid er Voksenjordet "Røa Snøpark Voksen", og Røa IL har vunnet flere priser hos Norges Skiforbund - blant annet for beste skileik-arena - fordi vi skaper helt unik idrettsglede for alt fra de aller minste barna til de større. Som skileikarena blir Røa Snøpark Voksen til et eldorado for barnehagene og barneskolene om vinteren, mens eldre utøvere får tilgang på en kortreist langrennscross-stadion - i tillegg til vanlig langrenn.

Idrettslaget har i sommer bedret infrastrukturen vesentlig med tanke på kommende skisesong. Vi har sørget for en sikker tilførsel av vann og strøm. Dette

gjør at alle som bor i området til vinteren vil få mye bedre skiopplevelser, en langt mer snøsikker arena, og dermed en lengre skisesong. Med det været vi har i Oslo, er vi stolte av at vi kan ha en "grønn profil" og tilby alle i området vårt miljøvennlig, kortreist skiglede. For at vi skal skape dette tilbudet, må vi produsere snø når temperaturen er riktig - både natt og dag. Vi gjør alt vi kan for å forstyrre så lite som mulig, og håper at de som hører snøproduksjonen om natten, bærer over med litt during, og tenker på den skigleden som så mange får hos oss. Vi bruker også Voksenjordet til aktiviteter i sommerhalvåret - blant annet til

terrengløp med blant annet klubbmesterskap hver høst. I år har vi også brukt Voksenjordet som arena og base for vår fantastiske Sommerskiskole. Det har vært kjempepopulært. Samtidig ser både bydelen og vi at Voksenjordet er lite brukt om sommeren, og det er dialog mellom flere parter til å utvikle dette området videre.

Røa IL håper at vi kan se starten på en rulle skiarena som kan avlaste og redusere risikoen for ulykker innover i Sørkedalen, samt en sykkelbane, som aktuelle og gode løsninger for både Røa IL, skolene, barnehagene og barnefamilie.



**Disse fire sidene med stoff fra Røa Idrettslag er redigert av Per-Ivar Stokkmo.
per-ivar@roail.no**

Kunsten å reparere relasjoner - det er en smart kunnskap

Situasjonskomedien "Side om side" kan faktisk også fungere som en liten time hos psykologen. Her kjenner vi oss igjen; Og vi kjenner igjen andre, på godt og ondt. Psykologen Linn Myrvtveit Stensrud er en ivrig seer når Side om side-episodene kommer på tv. I denne kommentaren prøver hun å relatere tv-serien inn i våre liv, noe som kan være både avslørende og assisterende.

Av Linn Myrvtveit Stensrud

Mennesket har til alle tider vært opptatt av relasjoner til andre mennesker. De gode relasjonene gir oss trygghet og fellesskap, mens de dårlige fører med seg konflikter og vanskeligheter.

Mennesket som flokkdyr

Opp gjennom menneskehetens historie har det vært livsviktig å være i stand til å danne nære relasjoner til andre, skape allianser og holde seg oppdatert på andres mål og motiver. Dette gjør at vi i dag er imponerende våre for både våre egne og andres relasjoner, og på et ubevisst plan driver vi med evig monitorering av vår plass i forhold til "de andre".

Når vi ser på serier som "Side om side" kan vi sitte sammen med familie og venner og le av alt det håpløse karakterene gjør mot både seg selv og andre; Men i bakgrunnen er vissheten om at disse relasjonene er dypt alvor for oss. Vi har alle relasjoner, noen flere og bedre enn andre, og for de fleste er det nettopp de næreste relasjonene som skaper mest hodebry. Foreldre, barn, kjærester, svigerforeldre, gamle venner og kolleger. Disse personene er vitner til livene våre, og lengselen etter å bli sett og anerkjent for den vi er, er kanskje vårt aller dypeste eksistensielle behov.

Kunsten å reparere relasjoner

I psykologien har relasjoner en sentral plass. Vanskelige relasjoner kan bidra til psykiske plager, og en del psykiske lidelser kan føre til vanskeligheter i relasjoner. De siste årene har jeg studert par, og hvordan de kommuniserer rundt vanskelige temaer, eller kanskje rettene sagt: hvordan mennesker ofte ikke kommuniserer når de synes noe er vanskelig å snakke om. I både forskningen og Fådveien er det tydelig at mennesker går langt for å skjule egen sårbarhet og skam. Ofte fører dette til en ond sirkel med løgner og feilaktig selvpresentasjon, istedenfor at vi åpner opp for kommunikasjon, og kan få empati for at vi er nettopp sårbare og menneskelige.

Mange kjenner seg nok igjen i Lisbeths forhold til sin nokså sjefete svigermor som kommer innom i tide og utide. Gjentatte ganger ser vi Lisbeth finne på unnskyldninger overfor svigermoren for ikke å såre henne. Hun kvier seg for å sette grenser overfor både ektemannen og hans mor, og det ender ofte med svært underholdende forsøk på å avverge flere besøk fra henne i fremtiden.

Mye av kunsten vi omgir oss med handler om relasjoner. Ofte er det de vanskelige, skjøre eller brutte relasjonene som presenteres, enten det er i verkene til store forfattere som Ibsen og Shakespeare, eller poplåtene du hører på radioen. Til og med Bibelen kan leses som en leksjon i relasjoner, og hvordan både ødelegge og reparere dem. Gode forfattere er som regel gode observatører. De beveger, og de skaper refleksjoner. Mange forfattere er utrolig gode til å beskrive menneskelig atferd. Og der kunsten ofte slutter, tar ofte psykologene over med sine forsøk på å behandle og reparere; Men noen ganger tror jeg kunsten er en minst like god terapeut.

Tidligere har jeg irritert meg mye over hvor urealistisk konstruktive mange filmkarakterer er. De sier de rette ordene akkurat i tide, det blir tatt godt imot, og forholdene går styrket videre uansett konfliktnivået to minutter tidligere. I dag ser jeg på disse tidvis overdrevent perfekte samspillene med mildere øyne, for de kan vise gode løsninger og gi håp om at selv de vondeste relasjonene kan bedres. Samtidig er det viktig å huske på at en relasjon avhenger av to personer, og det betyr at relasjonen ikke kan reddes av én person alene. Noen brenner seg helt ut i forsøket til liten nytte.

En av mytene jeg ofte hører, er at en dårlig relasjon er det samme som en relasjon med mye krangling; Men krangling er ikke nødvendigvis noe negativt eller farlig i et forhold. Muligens verdens



fremste eksperter på parforhold, Julie og John Gottman, hevder at det er hvordan vi krangler som betyr noe, ikke om eller hvor mye vi havner i konflikt. Og så er det dette med å reparere relasjonen igjen etter en krangel. Personlig tror jeg at det aller viktigste man kan lære seg i livet, er kunsten å reparere relasjoner. Dersom vi var bedre trent i det, er jeg rimelig sikker på at verden ville vært et bedre sted.

Nabolagets idioter og psykopater

En hel del konflikter skyldes at vi ser den samme situasjonen fra ulike perspektiver, og i lys av våre egne erfaringer og tankemønstre. I tillegg tenker de fleste at de selvsagt ser det fra den eneste rette og fornuftige siden; Og slikt blir det fort nabokrangler av.

Psykologien prøver å beskrive og forklare menneskers ulike atferd med personlighetstrekk. Personlighet handler om hvordan vi oppfører oss, tenker og føler på tvers av tid og situasjoner. Noen er generelt mer engstelige enn andre, mens andre er mer åpne for nye idéer.

Setter man sammen flere ulike personlighetstrekk, kan man snakke om personlighetstyper.

Det er stor uenighet om hvor mange ulike typer det er meningsfullt å dele menneskeheten inn i, og om det gir mening å dele oss inn i typer i det hele tatt. Men det er tydelig at dette er noe som har slått an i befolkningen. Harald Eia personlighetstester norske kjendiser i podcasten "Sånn er du", og det kommer stadig nye bøker om hvordan vi skal håndtere å være omgitt av både idioter og psykopater. Dette tyder på at mange



Relasjoner er noe du må jobbe med - nesten som i et krevende puslespill. Noen samler bare på blå himmelbrikker, og orker liksom ikke forholde seg til de andre vanskelige brikkene.

ønsker å få tak i denne kunnskapen. Det er ikke overraskende, siden vi trenger å gjenkjenne disse handlingsmønstrene for å forutse andres atferd. En utadventt venn er lettere å be med på fest, mens en arbeidsgiver ønsker en selvstendig og pliktoppfyllende ansatt som vil få jobben gjort.

Personlighetstester, som TV-serier, kan være underholdende og bidra til bedre selvforståelse, men det viktigste er kanskje ikke å finne ut hvem man selv er, eller hvordan man skal "være seg sjøl", men snarere å få et lite innblikk i hvor utrolig ulike andre kan være. Når jeg møter helt andre personlighetstyper, så slås jeg aller mest av at det virkelig går an å tenke så annerledes enn det jeg selv gjør.

Når vi gjenkjenner karakterer fra bøker, film og TV-serier, kan vi samtidig få en forståelse av hvorfor andre gjør som de gjør; hva slags motiver som driver dem,

og ikke minst hvordan vi kan forholde oss til dem for å bedre våre relasjoner.

På mange måter er det lettere å omgås personer som ligner en selv. Når vi er sammen med andre som deler våre tanker og syn på livet, kan vi føle oss hjemme og slappe av. Det er menneskelig å søke mot likesinnede, og dette kan gi oss støtte på arbeidsplassen eller i tros livet. Men det kan bli problematisk hvis vår søken mot én type mennesker fører til unngåelse eller forakt for andre.

Det er vanskelig å snakke med mennesker som tenker og oppfører seg forskjellig fra en selv; Mange synes også det er skummelt. Men jeg tror det er veldig sunt å bli eksponert for ulike mennesker og få utfordret egne holdninger og tanke-mønstre. I møte med karakterer på film kan man oppleve en mild variant av dette – helt uten fare for konflikt med verken idioter eller psykopater.

Navn: Linn Myrvtveit Stensrud
Alder: 27 år
Bosted: Røa
Utdannelse: Psykolog
Jobb: Har vært universitetslektor ved Universitetet i Oslo siden januar og undervist i helse-, personlighets- og utviklingspsykologi. Har tidligere undervist i psykologi på VGS. Forsker på underlivssmerter og parforhold.
Sivilstatus: Har en kjæreste (som ikke klarer å se på Side om side, fordi det er så pinlig)
Lidenskap/ hobby: Sang og låtskriving

Den vanskelige selvinnsikten

Noe av det som gjør "Side om side" så gøy, er at karakterene er såpass karikerte og overdrevne at alle kan ta avstand fra dem. Jeg vil tro at de færreste serne kjenner seg igjen i de enkelte karakterene, mens mange sannsynligvis kan kjenne igjen andre, slik som naboen eller sjefen på jobben. Samtidig kan vi alle kjenne oss igjen i noen av situasjonene, og ikke minst følelsene som oppstår når en av karakterene dummer seg ut, eller blir avslørt som komplett inkompetent og udugelig. Serien er full av situasjoner som kan frembringe intense følelser av både skam og skadefryd.

Det hender jeg sitter og vrir meg i sofaen og tenker "om de bare hadde snakket ut om dette, så ..." Samtidig føler man med Lisbeth når hun lyver seg opp i den ene håpløse situasjonen etter den andre, fordi vi også kjenner på mindreverdighetskomplekser og behovet for å få anerkjennelse for at vi er noe.

Mens de fleste av oss heller legger ut noen redigerte selfies på Insta, eller overdriver litt hvor fort vi syklet Birken for å få denne anerkjennelsen, så drar NRK-karakterene disse små hvite løgnerne hakkert lenger.

Det sies at de beste vitsene er de du tror treffer naboen, mens de egentlig treffer deg selv. "Side om side" fanger mange av de små og store utfordringene og irritasjonsmomentene vi alle kjenner igjen fra hverdagen, og så blåses disse opp og ut av proporsjoner, og plutselig kan vi le av det ubehagelige likevel. Vi kan for et øyeblikk se oss selv utenfra og se hvor like vi egentlig er den håpløse naboen, og det gir en følelse av fellesskap og kanskje litt mer aksept for oss alle. Som Charlie Chaplin så godt sa det: "Livet er en tragedie på nært hold, men en komedie på avstand."

106 år for Røas befolkning

Turveier, grønne lunger, utbyggingen av Røa sentrum, trafikksaker, dugnader, høringsuttalelser, folkemøter, avisskrivier - ja dette er noe av det Røa Vel jobber med!

I ly av koronatiden har vellet fått nytt styre - denne gangen med flere kvinner enn menn. Her er det nye styret som med entusiasme og innsats fører prosjekter og oppgaver videre. Nye medlemmer har også ideer til nye oppgaver.

Røa Vel arbeider under mottoet "Trivelige Røa". To damer som brenner for å få til et penere Røa sentrum - byggearbeider til tross - er Vigdis Fossmark og Synne Marie Rue Klausen. De vil jobbe både

med Røas befolkning og handelsstanden for å se hva som kan gjøres.

Røa er trivelig også fordi vi har en flott natur rundt oss. Små grønne lunger i nabolaget, turveier, benker og stier må imidlertid utvikles og holdes ved like. Disse oppgaver tar Svenn Erik Forsstrøm, Willy Brunner, Gro Helgesen og Torill Vestly seg av. Anne og Gro engasjerer seg også i de store utbyggingsplanene i sentrum. Odd Ingebretsen tar trafikksaker. Egil Kjos var - som Svenn Erik - også medlem av det forrige styret. Egil har fokus på Bogstad Ring - et samlenavn for flere prosjekter i Bogstad-området. (Se neste side)

Tidlig i 2020 fikk vi på plass Olav Ødegård som styresekretær - det er så bra!

Han jobber administrativt sammen med Heidi Holm - sistnevnte med ansvar for økonomi. Olav bistår også med kommunikasjon utad.

Både Heidi og undertegnede var med i det forrige styret, mens Inge-Thomas Ravlo er nytt medlem - og svært opptatt av Røas utvikling. Både Synne og Inge-Thomas representerer de unge på Røa. Håpet er at de skal kunne motivere langt flere yngre familier og ungdommer til å bli med i vellet.

Røa Vel har et sterkt lag på plass. Nå er det opp til deg å bli med i videreutvikling av et godt og trivelig Røa! Bli medlem! Send oss gjerne innspill på post@roa-vel.no.
Anne Bjørnebye Vik
styreleder

Røa Vel jobber for helhetlig område-utvikling:

Bogstad Ring: Områder som er gjemt og glemt i vårt nærmiljø

Røa Vel har samlet små og store oppgaver, prosjekter og utfordringer fra Hovseter til Bogstadvannet, under paraplyen "Bogstad Ring". Styremedlem Egil Kjos leder arbeidet - et kjent fjes fra sine mange artikler om prosjektet i Akersposten.

Kjenner du til arbeidet med å rydde Himstadjordet for ny bruk? Vet du hvem som rydder stien og ordner benker langs Mærradalsbekken? Og hvordan lysløypa ved Byveien blir påvirket av Vann- og avløpsetatens anleggsarbeid for ny overføringstunnel for drikkevann fra Bogstad til Voksenkollveien?

Bogstad Ring er et typisk prosjekt som krever tett samarbeid med bydelspolitikere, etater, lag og foreninger og lokalbefolkningen. Godt at Egil har en så stor kontakflate; er flink til å mase på myndigheter, og får frem prosjektene i lokalpressen.

Som eksempler på delprosjekter har Røa Vel lenge ment at Peder Ankers plass fortjener opprustning, ved inngangen til Bogstad og Sørkedalen - med verneverdige gamle murer og statue av Norges første statsminister. Bildet viser hvordan nye Peder Ankers plass kan bli. Kanskje kan vi igjen ha korpsmusikk og kranse- nedleggelse der kl. 8 hver 17. mai?



Nytt styre på plass: Her er vi!



Synne Marie Rue Klausen



Vigdis Fossmark



Svenn Erik Forsstrøm



Willy Brunner



Gro Helgesen



Torill Vestly



Odd Ingebretsen



Egil Kjos



Olav Ødegård



Heidi Holm



Inge-Thomas Ravlo



Anne Bjørnebye Vik

Disse fire sidene med stoff fra Røa Vel er redigert av styreleder
Anne Bjørnebye Vik

Mer informasjon om Røa Vel finner du både på nettsiden: www.roa-vel.no og på facebook.
Kontakt: post@roa-vel.no



Utsiktsskollen

Utsiktsskollen - i skråningen mellom Bogstad camping og badeplassen - er et annet prosjekt (se kart). Dette er det stedet hvor malere sto, for å få den beste utsikten mot Bogstad gård. Nå ser plassen temmelig trist ut. Røa Vel har kontakter i Bymiljøetaten og hos Byantikvaren for å gjenskape kulturlandskapet og rydde opp på selve kollen.

To historiske glemte og gjemte golfhull (nr 15 og 16) fra Bogstad Golfklubb tidligere tider ble funnet i forbindelse med Utsiktsskollen (bildet t.h.). Disse vil golfklubben nå restaurere.

Utsiktsskollen bør bli et mål for turer i nærmiljøet!

Følg med - vi vil oppdatere deg på andre små og store Bogstad Ring prosjekter. Vil du være med, ta kontakt på post@roa-vel.no



Er det slik det kan bli?

Røa Vels prosjektgruppe "Røa PlanForum" har engasjert seg i utbyggingsplaner for tomter rundt Røkrysset, siden tidlig 2018. Her får du et inntrykk av hvordan Røa sentrum kan bli seende ut.

Et drømme scenario for Røa sentrum (2 og 4)

På folkemøtet i august 2019 ble en mulighetsmodell vist for sentrum - utarbeidet på oppdrag av arkitekt Niels Torp. Modellen illustrerte hvordan området rundt krysset kunne bli om vi fikk lagt trafikken i tunnel, og om grunneiere og utbyggere arbeidet mot en helhetsplan.

Arbeidet med helhetsplanen har fortsatt siden. Det store lokket over Røa-krysset er forlatt, mens visjonen om et sammenhengende sentrum med god bevegelsesfrihet fortsatt er viktig. Mange med Røa PlanForum ønsker et sentrum med et tydelig Røa-preg, folkeliv og sosiale møteplasser, gode gang- og sykkelarealer, samt næringsvirksomhet.

Kvartalet som er avgrenset av Griniveien - Vækerøveien, på østsiden av Røkrysset, står for tur med hensyn til utbygging. Bilde 1 viser Skanskas planer med nåværende bygg i Vækerøveien 197/199 (det blå bygget). Disse planene er nå grunnlaget for utbyggeren Skanskas videre arbeider for møter med Plan- og bygningsetaten, rett over sommeren.



Skanskas planer innebærer at det eldste bygget på Røa - som nå rommer frisørsalongen Hår fint - samt Miso Café rives. Men det gule huset mot krysset beholdes. Denne prioriteringen er begrunnet i reguleringsstatus for de to forskjellige tomtene. Tomten til det gule huset er regulert til spesialområde for bevaring; mens den andre tomten ikke er det.

I forarbeidet til dagens reguleringsplan (S4110) på slutten av 1990-tallet, ble det eldste huset (Hår fint) ved en feil ikke tatt med i bevaringsarbeidet.

Som kjent vil både Vækerøveien 197 & 199 (det blå bygget) og Esso-stasjonen bli revet, og nye bygninger kommer opp som en del av en helhetsplan for Røa.



Tar vi det samme perspektivet for Røa Vels forslag, vil sentrumskjernen (bilde 4) se ut slik:

Området fra T-banen og opp til Røa Senter med bl a Seniorsenteret, Baker Hansen og Meny, vil kunne få en hyggelig og sammenhengende snargang- eller smug - som nå omtales som Smedgangen (arbeidsnavnet). På dette bildet ser vi også den nåværende Esso-stasjonen. Her vil det komme et nytt bygg om noen år, som da vil føye seg inn i helhetsplanen.

Det grønne byrommet danner en god overgang også til det nye Røa Torg. Det skal gjøres oppmerksom på at Vækerøveien 201b er privat (rødt hus til høyre i grønn hage). Vi mener at vårt forslag til helhetsløsning vil skape en funksjonell og tydelig ny identitet for Røa sentrum, en løsning som er menneskevennlig, med et godt miljø og attraktivt for et interessant næringliv. Et grep som blir nødvendig for å sikre et godt sentrum er at vi samtidig må få til trafikksanering i Røa sentrum. Her fore-

ligger det nå utkast til slike planer. Denne planen legger blant annet opp til at Griniveien fra Røhagan til krysset primært blir miljø/gågate. Gitt at våre politikere i Bydelen og på Rådhuset nå følger opp de føringer som Røa PlanForum har illustrert, vil det kunne bety at Røa sentrum vil kunne bli et mye hyggeligere og mer sosialt sentrum. Røa Vel - gjennom RøaPlanForum - arbeider nå videre med politikerne og grunneier med løsningene for utviklingen av et trivelig sentrum. Kontakt oss på post@roa-vel.no

Røa Vel har på eget initiativ fått utarbeidet et alternativ hvor vi ønsker at tomten til Hår fint og Miso Café ikke bygges ned, men bevares (bilde 2). Som erstatning bør Skanska kunne få bygge der det gule huset står. For å få dette til, kreves politisk vilje og engasjement, noe det arbeides med.

Drømmescenariet for Røa sentrum er illustrert i bildet nederst på forrige side. Her er det tegnet et forslag til "nytt gult hus" og til nytt bygg i Vækerøveien 197&199, samt et grønt lokk over en del av T-banestasjonen. Alle illustrasjoner er ved arkitektkontoret Niels Torp+

Går vi tilbake til Skanskas forslag (bilde 1) vil sentrumsområdet med T-banestasjonen bli som vist i bildet til høyre (3).



Støtt våre annonsører for de støtter oss!

Vi gjør små og store elektrikerjobber - hos private og næringsdrivende

RØA ELEKTRISKE

Autorisert elektro - og teileinstallatør

22 50 75 00

www.roaelektriske.no

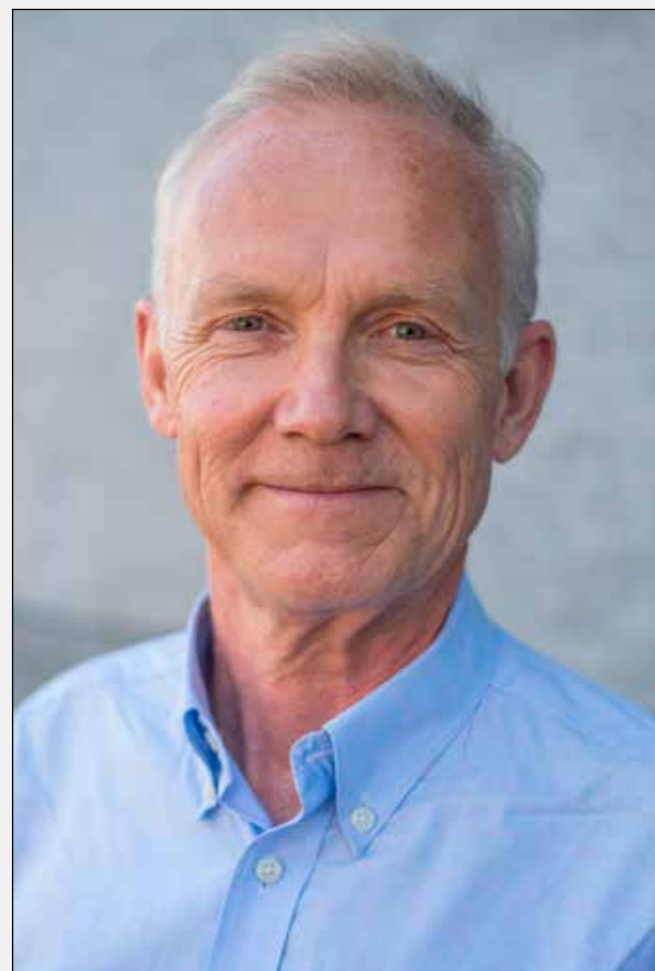
EL-PROFFEN

Rørlegger & VVS-forretning
til distriktets tjeneste

EKSPERT PÅ NØKKELFERDIG BAD

HARALD MELGÅRD AS

Luftfartsveien 18, 0770 Oslo
Tlf 23222999 Mob 92883660 Fax 22493107



NABOLAGS ADVOKATEN

ADVOKAT MORTEN PERSEN
Partner/Advokat MNA
Advokatfirma Morten Persen AS
Telefon: +47 908 33 624
Besøksadresse:
2. Etasje Røa Senter,
Vækerøveien 205, 0751 Oslo
www.nabolagsadvokaten.no

INGENIØR
KNUT LARSEN AS
aut. rørleggerbedrift

22 13 18 20

www.knutlarsen.no

Logoer: Rørleggerforbundet, Rørleggerforening, Rørleggerforbundet, rarkjøp

BOGSTAD MØBLER
Møbeltapetsermester Marte Rude
MØBELTAPETSERING, GARDINER,
INTERIØR, SØM OG STOFFER

Sørkedalsveien 450. Tlf 23 89 89 00
marte@bogstadmobler.no

HjemmeFysio
FYSIOTERAPEUTEN
HEIM TIL DEG

Få fysioterapeuten hjem til deg.
Et rimelig og lett tilgjengelig
tilbud for deg som har behov for
litt hjelp.

Tlf: + 47 462 97 902
www.hjemmefysio.no
kontakt@hjemmefysio.no

HjemmeFysio
Stasjonsveien 69, 0768 Hovseter

SAGA[®]
BEGRAVELSESBYRÅ

Begravelse til riktig pris

Vi har prisgaranti på våre tjenester. Det sikrer deg den beste prisen, uten at det går på bekostning av service og kvalitet. Vi ordner alt det praktiske og er tilgjengelig hele døgnet. Hos oss er du i trygge hender.

Telefon: 4000 2460
sagabegravelse.no

Ny inskripsjon på gravstein kr 5800,-

Ny inskripsjon til fast lav pris.
Vi tilbyr også vedlikehold og oppussing
Stort utvalg av nye gravsteiner
Ring oss på telefon 4000 2448

GRAVSTEIN24[®]
gravstein24.no

Tett på når ut til alle husstander på Røa og i Sørkedalen. Ta kontakt med vår annonse- ansvarlige, om du er interessert i å annonsere. Så får du vite alt om priser, formater og frister. Og evt plass. Ta kontakt med
Eva Ekrheim: eva@ekrheim.no 91530624.
Frist for neste nummer: 9. september
Nr 4 kommer i postkassene i medio oktober

Hva er egentlig "kristelig"?

kommentaren

Hva vil det si å leve et "kristelig" liv? Hva er det som gjør et liv "kristelig", for ikke å si "hellig"? Dette spørsmålet var Martin Luther opptatt av, da han skrev sin Store Katekisme i 1529.

De fleste forbinder nok ordet katekisme med noe tørt og tungt som må læres og pugges. Katekismen sammenfatter barnelærdommen for den som vil være en kristen. Luthers Store katekisme er annerledes. Riktignok var Luther fortvilet over at mange av kirkens medlemmer ikke kunne særlig mye om kristendom. Ikke kunne de Fadervår, ikke trosbekjennelsen, ikke de ti bud, og lite ante de om dåp og nattverd. Og derfor skrev han sin Lille katekisme. Der kan vi finne det som må pugges.

Luthers Store katekisme handler derimot ikke om å pugge, men om å forstå. Det hjelper lite å kunne trosbekjennelsen eller Fadervår, hvis du ikke forstår hva de betyr. Å leve et "kristelig" liv handler ikke om å kunne de ti bud, men om å forstå hva de betyr i møtet med andre mennesker. Livet må vi leve på eget ansvar og egen risiko. Derfor må vi også forstå hva det vil si å leve, så vi kan leve livet på en klok måte. Er det noe vi trenger i denne verden, så er det klokskap, og Luthers Store katekisme vil gjøre oss litt klokere på livet.

En skulle kanskje tro at Luther ville ha begynt katekismen med å gjennomgå trosbekjennelsen, og deretter fulgt opp med noen kapitler om dåp og nattverd, og så Fadervår, og til slutt de ti bud. Men Luther begynner overraskende nok med de ti bud; Og gjennomgangen av budene fyller om lag halvparten av hele katekismen.

Hvorfor i all verden gjør han det sånn? Mente Luther at det å være kristen først og fremst handler om å holde seg til de ti bud? Overhodet ikke. Men han mente at før vi kan spørre hva vi skal gjøre, må vi vite hvor vi skal være. Vi må finne den arenaen der livet utspiller seg. Luther vokste opp i en tid da stedet for det spesifikke kristelige livet var klostrene og kirkene. Men der kan du ikke leve et kristelig liv, mente Luther. Du må ut i samfunnet, ut til livet i familien, i nabolaget, på jobben. Det er dette livet de ti bud handler om. Det er her klokskapen vår står på spill.

Luthers Store katekisme er snart 500 år gammel. Noe av det som står der er ikke

like klokt i dag som den gang. Men noe har også tålt tidens tann. Etter å ha gått igjennom budene, ser Luther tilbake på det han har skrevet og forsøker å sammenfatte det hele i spørsmålet om hvem det egentlig er som lever et "kristelig liv". Og da er det ikke den som brenner røkelse, tenner lys eller ligger dagen lang på kne i kirken og ber. Mange tenker nok at det er både fromt og kristelig. Men nei, sier Luther. Det beste eksempelet på et kristelig liv er en fattig tjenestejente som passer et lite barn og trofast gjør det hun har fått beskjed om. Det er virkelig et hellig liv.

Men hvordan kan Luther mene at den som fremfor noen lever et kristelig liv, det er den som gjør noe så selvfølgelig som å ta seg av et lite barn? Det er jo noe alle kan. Ja, nettopp, og det er poenget. I bunn og grunn handler de ti bud ikke om noe annet enn det vi alle kan, å ta vare på de menneskene vi møter på vår vei, dra omsorg for dem og gi dem en håndrekning når de trenger det. Å stille opp for sin neste, det er klokskap, og det krever klokskap. Å mele sin egen kake i ett og alt er kanskje smart. Men klokt er det ikke, og kristelig er det slett ikke.

Da ungene var små, var vi noen foreldre som meldte oss til tjeneste i Røa IL. Vi ville at ungene skulle få et godt tilbud som de kunne ha glede av på fritiden. Det ble mye kjøring til skirenn og fotballkamper. I en periode var et par av oss også trenere og lagledere. Riktignok bare for andrelaget, lenger strakk kompetansen ikke, og en av sesongene vant vi ikke én eneste kamp. Men jeg kan fremdeles treffe unger fra den gang som tenker tilbake på disse årene med glede.

Dette nummeret av Kirkebladet innleder en nye epoke i bladets historie. Nå er også Røa IL og Røa Vel med på utgivelsen. Jeg liker det. Jeg liker organisasjoner som vil oss vel. Og når jeg leser Luthers Store katekisme, synes jeg det er klokt at de er med. Riktig klokt.

Svein Aage Christoffersen



Røa-beboeren Svein Aage Christoffersen er professor i etikk, religionsfilosofi og fundamentalteologi ved universitetet i Oslo.

Kort vei til våre gode annonsører

**HÅRFINT
FRISØR**

Frisøren på Røa Torg
Vækerøveien 201
Man-fre: 9-18
Lørdag 9-15

22 50 02 33

**BRILLER
KONTAKTLINSER**

Røa Optikk
Vækerøvn 197,
0751 Oslo
Tlf 22500515
post@roaoptikk.no
www.coptikk.no

**S
GRAVSTENER**
ASKER - BÆRUM - OSLO

- Distriktets største utvalg
- Flere hundre sten utstilt
- Alle prisklasser, gratis katalog
- Se også vår hjemmeside

**SETTEM
STENINDUSTRI AS**
Tlf. 67 80 21 00
Skollerudvn. 135, Lommedalen

www.settem.no

wang
NORGES ELDSTE BEGRAVELSESBYRÅ

Avd Nordstrand: tlf 23 16 83 30
Avd Majorstuen: tlf 23 19 61 50
Avd Hasle: tlf 23 16 83 25
Olav Werner
Grünerløkka: tlf 22 35 40 10
Olav Werner
Stabekk: tlf 67 12 19 89

WWW.WANGBEGRAVELSE.NO

Solskjerming

SKREDDERSYDD SOLSKJERMING

Besøk oss på Røa
vis-à-vis Røa kirke

Gratis befaring og måltaking.

Ring 22 50 65 00
Vækerøvn 213, 0751 Oslo
www.norsol.no

**TAKST
SENTERET**

Takstmann Helge Jensen
900 33 423
Din lokalkjente takstmann ved
Arv
Skifte
Salg
Seksjonering

TEGoVA Residential Valuer

Norsk takst

Ønsker du hjemmelaget mat?
Vi lager supper, tapas, middager,
smørbrød og annet, og leverer
til alle anledninger.

MARKAJENTENE
OSLOS SKOGER

Kontakt oss
Tlf: 950 70 970 - 915 77 485 -
911 05 899
kontakt@markajentene.no

Markajentene

Vask: inn/utvendig
Lakkering og polering
Reparasjon og lakkering
av skader m.m.

Top Car
pro bilpleie

OVER 30 ÅR I BRANSJEN

Har mange
anbefalinger

Top Car Pro Bilpleie v/ Alfred
Tlf 96 66 32 24
Sørkedalsveien 305 (ved Voksen)

På **CIRCLE K** på **BOGSTAD**
gir vi deg den servicen
du leter etter!

7-23 (8-23)
Ankerveien 117
23 25 30 30

Dekk-service
Skifte av lyspærer og vindusvisker
Utleie av tilhenger
Ny vaskemaskin
Gass

CIRCLE K



Mye skjer i kirken på Røa gjennom uka for store som for små, sørkedøler som Røa-folk. Her finner du oversikten over ulike aktiviteter, fra dag til dag. Sjekk også kirken.no/roa

Tirsdager: Babysang

Fra kl 12 er det babysang i Røa kirke. Vi synger kjente og kjære barnesanger, og etterpå er det kaffe/te og noe å bite i. Dørene åpner kl 11.45. Første mulighet i høst: tirsdag 25. august.

Tirsdager: Barnesang og familiemiddag

Kl 16.30-17.00: Familiemiddag for store og små.
Kl 17.00-17.30: Barnesang: for barn 1-5 år, i følge med en voksen. Første mulighet i høst: Tirsdag 25. august.

Tirsdager: Røa ungdomskor

Røa ungdomskor øver i Røa kirke, nå på tirsdager. Oppmøte kl 17.45. Vil du bli med, tar du kontakt med kantor Olav Morten Wang, 99252267. Første øving i høst: Tirsdag 25. august.

Første tirsdag i måneden:

Røa KFUK/KFUM-speiderne

Speideren møtes i Røa kirke hver første tirsdag i måneden, kl 18-19.30. Da er hele troppen samlet. Vil du bli med? Kontakt troppsleder Johan Hammer på Roaspeider@gmail.com, eller tlf 99029513.

Fredager: KRIK Røa

KRIK-folket samles annenhver fredag på Voksen skole.
- Junior KRIK Røa (3.-4. klasse) møtes 17.30-18.45.
- KRIK Tweens (5.-7. klasse) møtes 18.30-20.
- KRIK Ungdom (8.-10. klasse) møtes 20-21.30.
Ballspill/aktiviteter. Andakt. Noe å bite i. Innmelding på www.krik.no (angi Røa som lokallag). Mer info får du hos Hilde Kloster Smerud (90116812) hilde.kloster.smerud@smerud.com.

Tirsdager og onsdager: Kirkehjørnet

To dager i uka, fra kl 12 til kl 15 kan du stikke innom Kirkehjørnet, sør-inngangen av Røa kirke - for en vaffel, et rundstykke, te/kaffe, og kanskje også en prat. Her er det god plass til å praktisere alle slags korona-regler. Kirkehjørnet åpner dørene tirsdag 18. august. Stikk innom!

Onsdager: Røa kirkes kammerkor

Dette koret (for voksne) øver i Røa kirke onsdager kl 19.30-21.30. Ledige plasser i flere stemmegrupper - damer som herrer. Kontakt Olav Morten Wang (99252267) for prøvesang. Oppstart i høst: Onsdag 26. august.

Andre torsdag i måneden: Lunsjtreff

Kl 12, andre torsdagen i hver måned er det hyggelig lunsj i menighetssalen, for voksne mennesker som liker å treffes midt i uka. Første lunsjtreffet i høst er torsdag 10. september. Se mer på siste side.

Hver torsdag kveld: ÅPEN KIRKE på Røa

Hoveddørene åpnes kl 19.30, og du kan sette deg ned for en liten gratis **MUSIKKSTUND** i kirkerommet, med trompet og flygel. Om du vil fortsette å være i kirken, er du velkommen også til **PUSTEROM** som er en meditativ kveldsstund, fra kl 20.00 til 20.45. En kveldsbønn ment for stillhet, refleksjon, bibelmeditasjon og lystenning.

UNGDOM BARN FORELDRE

FOR VOKSNE

Per medio juli 2020

slekters
gang

døpte

*Det skjer et under i verden
hver gang et barn blir til,
over det gryende livet
lyser Guds skapersmil*

Røa:

Mathilde Bostrøm Thorup
Agnes Skogseth Lindbach
Emery Beverfjord

Sørkedalen:

Sonia Louise Astad
Henrik Stray Engseth

døde

*Så stilner livets jag;
min stund, min korte dag
på jorden brytes ned.
Før døden setter slå,
O Herre, la meg få
ditt lys, din trøst, din fred.*

Røa:

Aneurin R. Hughes
Anne Kalhovd
Terje Berg
Arnfinn Øen
Espen Cock
Aase Alice Groseth
Kåre Dæhlen
Roy Skagen
Caroline Sem Krohn
Hege Liv Strand
Karin Thoresen
Ingrid Lisbeth Steinsvik

Sørkedalen:

Alf Holter

*Et ord til trøst - og til glede,
slik Jesus blir sitert i Bibelen:*

*Fred etterlater jeg dere.
Min fred gir jeg dere,
ikke den fred som verden gir.
La ikke hjertet bli grepet av
angst og moløshet.*

Et Pusterom på Røa

Hver torsdag står det en info-bukk utenfor dørene i Røa kirke: "Åpen kirke", fra kl 19.30. Og kl 20 kommer "Pusterom". Vi spurte Solfrid Larsen, en av de sentrale i ansvarsgruppen for dette arrangementet, om hva "Pusterom" egentlig er.

- Det er, som ordet sier, et sted du kan puste ut – på en måte en slags "Åpen kirke" der en kan komme og bare sette seg ned for kortere eller lengre tid – kjenne på stillheten og gudsnærværet i kirkerommet.

- Hvordan kom dette i stand?

- Det var tidligere vikarprest i Røa og Sørkedalen, Torbjørn Fink, som kontaktet meg om dette, for 8-9 år siden. Jeg er kirketjener i Sørkedalen, så derfor traff jeg ofte Torbjørn. Mange kirker har lignende arrangementer, men med ulike navn. Vi startet opp i Røa kirke i 2012. Nå er det, foruten meg, også Bente Venner fra Sørkedalen, som har ansvaret.

- Du sier at det er et sted for stillhet, men det er vel noe mer?

- Vi har et enkelt program som inneholder lesning av førstkomende søndags tekst, bønner fra tidebønnstradi-

sjonen, og i tiden til stillhet er det blant annet anledning til å tenne lys, knele ved alterringen, skrive en bønn som legges i bønnekrukken. Bønnekrukken blir løftet opp ved avslutningen, og en felles bønn for innholdet blir bedt. Vi ber også konkret for menighetene våre, konfirmantene og lokalsamfunnet.

Det er også helt greit å bare bli sittende der en er, og lytte til musikk, i forkant av Pusterom. Vi har to gode musikere, Jørn Holt og Tine Skarpaas, på henholdsvis trompet/flygelhorn og flygel med oss. De par siste årene har de spilt en halvtimes tid før selve pusterommet begynner.

- Hvor lenge varer det?

- Musikkstunden begynner kl 19.30, og selve pusterom-programmet kl 20. Og så varer det til ca kl 20.45. Men

jeg vil understreke at ønsket er at dette skal være det pusterommet den enkelte ønsker/ trenger. Hvis du bare vil høre på musikken og gå igjen kl 20, er det greit – eller omvendt – hvis du vil komme kl 20 – eller ikke rekker før senere – eller må gå igjen 20.30 – er det greit. Dette er bare ment å være en hvilestund i et hellig rom.. "I stillhet og tillit skal deres styrke være" som det står hos profeten Jesaja i Bibelen.

Personlig vil jeg tilføye at jeg har begynt å delta på hele, eller deler av Pusterom, når jeg har anledning – og at denne stunden i stillhet, bønn – og med vakker musikk i forkant er en kilde til berikelse – så mye at jeg savner det når jeg ikke har anledning til å komme.

Ragnhild Hypher

Leie lokaler i nærmiljøet?

Røa kirke har flere lokaler/rom som også kan leies bort til private/organisasjoner, til selskaper, minnesamvær, konfirmasjonsfest, jubileer, konserter, etc. De aktuelle utleielokalene fins i alle ytterkanter av bygningsmassen Røa kirke. De er noe ulike i størrelse og innredning: Menighetssalen, Kafeen (Kirkehjørnet), konfirmantsalen, menighetssalen, Kirkestuen, kirkerommet. Ta kontakt med daglig leder for mer info om størrelser, kjøkkentilgang, priser, etc.

Gudsfreden

*Din fred skal aldri vike, din miskunn varer ved!
Når stormvær slår imot oss, lar du oss finne le.
I ensomhetens timer, i savnets tyngste stund,
forblir du hos oss, Herre, hvert smertefyllt sekund.*

*Vær fortsatt ved vår side, når stormen stilner av.
Vær nær oss når vi søker til våre kjæres grav.
Gi at vi aldri mister velsignelsen fra dem,
men alltid bærer med oss det gode de bar frem.*

*Snart går vi ut av tiden, og våre navn blir glemt,
men, Gud, i din erindring er vi for evig gjemt.
Det liv som blir til intet, er i din skaperhånd.
I trygghet overgir vi til deg, o Gud, vår ånd.*

Denne salmen er skrevet av Svein Ellingsen, en dikter som har gitt oss ord som vi kan bruke i alle livets ulike faser. Flere av salmene hans handler om dette jordiske livet som vi alle må forlate en gang. Ellingsen mistet selv en datter i en ulykke, så han kjenner til hvordan sorg og savn kan prege livet. Men han vet også at sorg og savn kan endres til håp og forventning, noe teksten over viser oss. Svein Ellingsen døde i år, men ordene hans har vi fortsatt med oss, og de fins i Norsk Salmebok.

Når du mister en av dine nære



Når en som står oss nær dør, kjenner vi sorgen ramme livene våre. Hvordan den oppleves er ulikt fra person til person.

Vestre Aker prosti har nå to sorggrupper for voksne som har mistet ektefelle/partner. I sorggruppen er det stort rom for å dele erfaringer om sorgen og om veien videre.

Gruppene møtes hver 3. uke, en gruppe på Sogn, Frivillighetssentralen på Nordberg. Diakon Lillian Dombestein leder gruppen, sammen med terapeut og sykepleier Gro Kvalheim. En gruppe møtes i Ullern menighetshus. Utviklingsleder for diakoni i Ullern menighet, Bahare B Bjerg leder gruppen, sammen med diakon Ole Jørgen Andersen. (Annet møtested kan bli aktuelt).

Ta kontakt med oss for en uforpliktende prat/orientering om du tenker at dette kanskje er aktuelt for deg. Lillian Dombestein: (973 05 294) ld929@kirken.no
Gro Kvalheim: grokvalh@online.no
Bahare B Bjerg: (408 14 336) bb634@kirken.no

Velkommen til gudstjeneste



Røa

Søndag 16. august kl 11
Gudstjeneste
Helge Asbjørn Staxrud
Nattverd
11.s. i treenighetstiden: Matt 23, 37-39

Søndag 23. august kl 11
Ordinasjonsgudstjeneste
for Helge Asbjørn Staxrud
Biskop Kari Veiteberg m fl deltar
12.s. i tr.tiden: Matt 6,24-34

Søndag 30. august kl 11
Gudstjeneste
Roald-Einar Ottersen
Nattverd. Dåp
13.s. i tr.tiden: Matt 25,14-30

Søndag 6. september kl 11
Gudstjeneste
John Egil Rø
Nattverd. Dåp
Vingårdssøndagen: Matt 20,1-16

Søndag 13. september kl 11
Gudstjeneste
Helge Asbjørn Staxrud
Nattverd. Dåp
15.s. i tr.tiden: Matt 5,38-48

Søndag 20. september kl 11
Gudstjeneste for store og små.
Menighetens barnehage deltar.
Roald-Einar Ottersen
16.s. i tr.tiden: Mark 7,31-37

Lørdag 26. september
Konfirmasjonsgudstjenester
Tidspunkt er ennå ikke endelig avklart pga usikkerhet om hvor mange som kan være i kirka under hver gudstjeneste
17.s. i tr.tiden: Joh 11,17-29

Søndag 27. september kl 11
Konfirmasjonsgudstjeneste
Helge Asbjørn Staxrud
17.s. i tr.tiden: Joh 11,17-29

Søndag 4. oktober kl 11
Gudstjeneste
Roald-Einar Ottersen
18.s. i t.tiden: Matt 8,14-17

Søndag 11. oktober kl 11
Gudstjeneste
Presentasjon av konfirmanter
Helge Asbjørn Staxrud
Nattverd
19.s. i tr.tiden: Matt 5,20-26



Sørkedalen

Lørdag 22. august kl 12
Dåpsgudstjeneste
Roald-Einar Ottersen
12.s. i tr.tiden: Matt 6,24-34

Søndag 6. september kl 10
Gudstjeneste
Helge Asbjørn Staxrud
Vingårdssøndagen: Matt 20,1-16

Lørdag 19. september kl 13
Dåpsgudstjeneste
Roald-Einar Ottersen
16.s. i tr.tiden: Mark 7,31-37

Søndag 27. september kl 11
Konfirmasjonsgudstjeneste
Roald-Einar Ottersen
17.s. i tr.tiden: Joh 11,17-29

Søndag 4. oktober kl 10
Gudstjeneste
Roald-Einar Ottersen
Nattverd. Dåp
18.s. i t.tiden: Matt 8,14-17

Lørdag 17. oktober kl 13
Dåpsgudstjeneste
Helge Asbjørn Staxrud
19.s. i t.tiden: Joh 1,1-5

Sørkedalen Barnekor

er et tilbud for alle barn i Sørkedalen. Koret drives av Sørkedalen menighet, og de siste årene er det Alice Lewin som har vært - og fortsatt er - korets dirigent. Koret øver i skolens lokaler på tirsdager, i AKS-perioden. Har du lyst til å bli med i koret, tar du kontakt med Alice.lewin@gmail.com.

Neste nummer av "Tett på" kommer i begynnelsen av oktober, like før Røa Musikkfeststaker går av stabelen. Men husk allerede nå at på Allehelgensdag (1/11) er det også konfirmant-jubileum i Sørkedalen kirke, kl 13.

GUDSTJENESTE-DATOENE ER SATT OPP MED FORBEHOLD OM MULIGE ENDRINGER FOR BÅDE RØA OG SØRKEDALEN. SJEKK OGSÅ NETTSIDENE. DER VIL DU FINNE EVT ENDRINGER.

Kontaktpersoner i kirke/menighetsråd:



Sogneprest:
Roald-Einar Ottersen
23629433 / 97718043
ro946@kirken.no



Kapellan:
Helge Asbjørn Staxrud
41907645 / 41907645
HS492@kirken.no



Daglig leder:
Hilde Tangen
23629430 / 91144981
HT366@kirken.no



Organistene:
Gunnar Petersen-Øverleir (60%)
23629437 / 90156282
GP765@kirken.no



Olav Morten Wang (40%)
99252267
OW828@kirken.no



Trosopplæringsleder:
Espen Hjortland Valsø
97740953
ev266@kirken.no



Trosopplæringsmedarbeider:
Ingrid Neset (perm.)
90971616
in896@kirken.no



Trosopplæringsmedarbeider:
Alice Lewin (vikar)
40513197
alice.lewin@gmail.com



Kirketjener i Sørkedalen:
Solfrid Larsen
94780052
solf-la@online.no



Barnehagebestyrer:
Ligia Maria Skaldebø
22505409
roamenighetsbarnehage@gmail.com



Menighetsrådet Røa:
Bjørn-Tore Nyrud Hansen, leder
90088267
bitihan@gmail.com



Menighetsrådet Sørkedalen:
Tore Berger, leder
90755491
tobe@online.no

Tett på deg skjer det

Vi hjelper deg på nett!

Lurer du på hvorfor alle er så opptatt av internett? Føler du deg utenfor fordi du ikke er på nett? Du er ikke alene!

Mange opplever at de ikke får være en del av samfunnet, fordi den digitale tidsalder virker så fjern. Dette ønsker vi å gjøre noe med!

Vi kan gi deg litt "førstehjelp".

Ring oss på telefon 23 22 05 80, så slår vi av en prat!

Hilsen IT-gjengen
på Røa seniorsenter
og Vestre Aker
Frivilligsentral



Lunsjtreff i Røa kirke

Hver andre torsdag i måneden er det lunsjtreff i kirkens lokaler på Røa, fra 12 til 14. Det går gjetord om den deilige serveringen disse månedlige lunsj-torsdagene, men her er det også mye interessant program, foruten andakt, sang og åresalg.



Torsdag 10. september kommer Anne Birgitte Jacobsen, pensjonert onkolog, som vil si noe om: "Kraften i kreftbehandlingen. Glimt fra utviklingen de siste tiår".

Og neste lunsjtreff blir torsdag 8. oktober, også det i menighetssalen/kafeen.

Ønsker du å annonsere for et lokalt arrangement som skal hende i oktober/november, tar du kontakt med redaktøren innen 15. september. Rabatterte priser (ift næringsannonser), og din aller første annonse er faktisk gratis.

På denne baksida får du litt informasjon om hva du kan være med på i nabolaget ditt - konserter, temakvelder, treff, info-møter, kurstilbud, etc

Røa Seniorsenter

starter opp igjen med sine aktiviteter nå i høst. På onsdager er det f.eks foredrag kl 11, som på onsdag 2. september

"Nytt i den nye arveloven"
v/ advokat Morten Persen.

Røa Seniorsenter er for alle over 60 år. Lokalene ligger i Røa Senter, og de rommer en kafeteria og flere aktivitetsrom. Ta en tur innom!

Korona-trygg kafé?

Leter du etter et sted der du kan treffe venner over en kaffekopp, uten å være redd for at de koronastyrte 1-metrene blir for korte? Kirkehjørnet har den fordelen at her er det et romslig lokale; mens utvalget i kafédisken er litt mindre å skryte av! Tirsdager og onsdager på Kirkehjørnet: kl 12-15. Fra 18/8.

UANSETT HVOR OG NÅR VI TREFFES UT-OVER HØSTEN, ER VI RESTRIKTIVE IFT DET MYNDIGHETENE ANBEFFALER AV KORONAMETRE OG TRYGT SAMVÆR.

Røa Musikkfestuker også i 2020

I neste nummer av dette bladet får du en komplett informasjon om årets Røa Musikkfestuker, som går av stabelen 18/10-1/11.

Merk deg allerede nå at **åpningskonserten** blir i Røa kirke søndag 18. oktober. Sølvgutten og Røa kirkes kammerkor vil da framføre Mozarts store messe i c-moll.

Ellers vil Røa Musikkfestuker by på ulike typer konserter: Familiekonserter, brunsjkonserter, orgelkonserter, Ung Korsang, etc.

Døv og blind - Ludvig og jeg
Når lyden etter Ludvig van Beethoven har fulgt verden i snart 250 år, kan du skjønne at den blinde, fantastiske norske organsisten Ulf Nilsen kaster seg over Ludvigs noter, og tenker at en døv og en blind kan lage en hørbar konsert for folk på Røa. Dette får du altså oppleve på Røa Musikkfestuker i år, lørdag 31. oktober. Mer info i neste nummer.

Trompet&flygel

Hver torsdag kveld kan du gå inn i Røa kirke og lytte til to som alltid er der inne og spiller fra kl 19.30 til 20. Tine Skarpaas på tangenter, og Jørn Holt på trompet. Dette er ingen ordinær konsert, men et gratis-tilbud til alle som rusler forbi Røa kirke på torsdagskveldene.



Og dersom du vil være i kirken litt lenger, samme kveld, kan du også bli med på

Pusterom

som er en stille og meditativ stund, når den lille musikkstunda er over. (se mer på side 22).

*Ei hand å holde i når natt går mot dag
og en stille sang om livet selv i våre hjerteslag*

(Trygve Hoff)